

**24.05.21 Комплекс бесплатного питания для отдельных категорий обучающихся**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Борщ с капустой и картофелем*</b> <i>свекла, мясо цыплят бройлеров, картофель, капуста, морковь, лук репчатый, сметана 05л, томатная паста, масло растительное рафинированное, сахар, соль, лимонная кислота</i>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	<b>13-46</b>
50/50	<b>Гуляш из говядины*</b> <i>говядина, лук репчатый, томатная паста, масло растительное рафинированное, мука, перец чёрный молотый, соль</i>	Калорийность-198, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-4	<b>31-00</b>
200	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макароны, 400гр, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	<b>9-82</b>
200	<b>Кисель плодово-ягодный</b> <i>кисель в ассортименте, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-129, Углеводы-34	<b>3-15</b>
45	<b>Хлеб отрубной</b>	Калорийность-99, Белки-2, Углеводы-17	<b>2-61</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-758, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-110	<b>60-04</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-758, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-110	<b>60-04</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

Зав.столовой \_\_\_\_\_ А.А. Огурецкая

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

**24.05.2021 Комплекс бесплатного питания для учащихся начальных классов**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Обед</u></b>			
25	<b>Огурцы порционно</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	<b>4-15</b>
50/50	<b>Гуляш из говядины*</b> <i>говядина, лук репчатый, томатная паста, масло растительное рафинированное, мука, перец чёрный молотый, соль</i>	Калорийность-198, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-4	<b>31-47</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макароны, 400гр, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-178, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-31	<b>7-37</b>
200	<b>Кисель плодоваягодный</b> <i>кисель в ассортименте, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-129, Углеводы-34	<b>3-15</b>
30	<b>Хлеб отрубной</b>	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-11	<b>1-74</b>
125	<b>Апельсин*</b>	Калорийность-33, Белки-1, Углеводы-7	<b>17-50</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-608, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-88	<b>65-38</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-608, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-88	<b>65-38</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

Зав.столовой \_\_\_\_\_ А.А. Огурецкая

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

## 24.05.21 Комплекс бесплатного питания для детей с ОВЗ 7-10 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200/10	<b>Каша рисовая с маслом сливочным*</b> <i>крупа рисовая круглозерный, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-126, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-16	<b>12-22</b>
50	<b>Булочка закусоч*</b> <i>яйцо, мука, масло сливочное, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>6-18</b>
030	<b>Сыр порциями</b>	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	<b>11-94</b>
200	<b>Какао с молоком сгущенным</b> <i>молоко сгущенное, какао, сахар</i>	Калорийность-127, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-25	<b>9-18</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-556, Белки-16, Жиры-24, Углеводы-71	<b>39-52</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Борщ с капустой и картофелем*</b> <i>свекла, мясо цыплят бройлеров, картофель, капуста, морковь, лук репчатый, сметана 05л, томатная паста, масло растительное рафинированное, сахар, соль, лимонная кислота</i>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	<b>13-27</b>
25	<b>Огурцы порционно</b>	Калорийность-4, Углеводы-1	<b>4-37</b>
50/50	<b>Гуляш из говядины*</b> <i>говядина, лук репчатый, томатная паста, масло растительное рафинированное, мука, перец чёрный молотый, соль</i>	Калорийность-198, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-4	<b>31-47</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макароны, 400гр, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-178, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-31	<b>7-37</b>
200	<b>Кисель плодовая годный</b> <i>кисель в ассортименте, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-129, Углеводы-34	<b>3-15</b>
30	<b>Хлеб отрубной</b>	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-11	<b>1-74</b>
125	<b>Апельсин*</b>	Калорийность-33, Белки-1, Углеводы-7	<b>17-50</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-703, Белки-25, Жиры-20, Углеводы-101	<b>78-87</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
26	<b>Зефир ванильный</b>	Калорийность-78, Углеводы-17	<b>4-55</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-78, Углеводы-17	<b>4-55</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 337, Белки-41, Жиры-44, Углеводы-189	<b>122-94</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

Зав.столовой \_\_\_\_\_ А.А. Огурецкая

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова

## 24.05.21 меню для свободной продажи

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200/10	<b>Каша рисовая с маслом сливочным*</b> <i>крупа рисовая круглозерный, молоко сухое, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-126, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-16	<b>16-57</b>
50	<b>Булочка закусоч*</b> <i>яйцо, мука, масло сливочное, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>8-03</b>
030	<b>Сыр порциями</b>	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-9	<b>15-99</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-429, Белки-13, Жиры-22, Углеводы-46	<b>40-59</b>
<b><u>Обед</u></b>			
250	<b>Борщ с капустой и картофелем*</b> <i>свекла, мясо цыплят бройлеров, картофель, капуста, морковь, лук репчатый, сметана 05л, томатная паста, масло растительное рафинированное, сахар, соль, лимонная кислота</i>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	<b>16-50</b>
50/50	<b>Гуляш из говядины*</b> <i>говядина, лук репчатый, томатная паста, масло растительное рафинированное, мука, соль, перец чёрный молотый</i>	Калорийность-198, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-4	<b>41-84</b>
200	<b>Макаронные изделия отварные*</b> <i>макароны, 400гр, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-237, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-42	<b>12-77</b>
200	<b>Кисель плодовая годный</b> <i>кисель в ассортименте, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-129, Углеводы-34	<b>4-21</b>
50	<b>Хлеб отрубной</b>	Калорийность-110, Белки-3, Углеводы-19	<b>3-77</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-769, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-112	<b>79-09</b>
<b><u>Обед 2</u></b>			
100	<b>Винегрет овощной*</b> <i>картофель, свекла, огурцы соленые, домашние, лук репчатый, зеленый горошек, морковь, масло растительное рафинированное, соль</i>	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	<b>8-27</b>
75/25	<b>Рыба припущ кета в соусе*</b> <i>кета, лук репчатый, морковь, масло растительное рафинированное, мука, томатная паста, перец чёрный молотый, сахар, лавровый лист, соль</i>	Калорийность-131, Белки-23, Жиры-4	<b>60-98</b>
75/25	<b>Котлета рыбная с/с*</b> <i>кета, мука, масло растительное рафинированное, масло сливочное, морковь, молоко сухое, томатная паста, лук репчатый, сахар, соль, перец чёрный молотый, дрожжи, сырые, лавровый лист</i>	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	<b>55-13</b>
50/25	<b>Говядина отварная с/с</b> <i>говядина, морковь, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, томатная паста, перец чёрный молотый, сахар, соль, лавровый лист</i>	Калорийность-264, Белки-23, Жиры-19	<b>42-50</b>
120/25	<b>Тефтели мясные с/с*</b> <i>говядина, лук репчатый, масло растительное рафинированное, мука, морковь, крупа рисовая круглозерный, перец чёрный молотый, сахар, соль, томатная паста, лавровый лист</i>	Калорийность-212, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-13	<b>44-22</b>
195	<b>Плов (свинина)*</b> <i>свинина, крупа рисовая круглозерный, морковь, томатная паста, лук репчатый, масло растительное рафинированное, соль, перец чёрный молотый</i>	Калорийность-347, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-36	<b>53-18</b>
200	<b>Гречка отварная*</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-301, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-37	<b>19-00</b>
200	<b>Картофельное пюре*</b> <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10	<b>12-24</b>

200	<b>Компот из клюквы*</b> <i>клюква, сахар</i>	Калорийность-76, Углеводы-20	<b>10-17</b>
200/15/7	<b>Чай с сахаром и с лимоном*</b> <i>сахар, лимон, чай</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	<b>5-08</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-1 683, Белки-89, Жиры-84, Углеводы-143	<b>310-77</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<b>Пирожок с картошкой*</b> <i>яйцо, мука, картофель, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>17-16</b>
100	<b>Сосиска в тесте*</b> <i>яйцо, сосиски, мука, масло сливочное, сахар, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>36-59</b>
100	<b>Крендель сахарный*</b> <i>яйцо, мука, сахар, масло сливочное, масло растительное рафинированное, дрожжи, сырые, соль</i>	Калорийность-195, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30	<b>16-76</b>
75	<b>Корж молочный</b>	Калорийность-276, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-46	<b>22-10</b>
60	<b>Круассан с вар. сгущ.</b>	Калорийность-201, Белки-1, Жиры-12, Углеводы-32	<b>29-90</b>
200	<b>Сок Сады прид</b>	Калорийность-30, Углеводы-6	<b>27-30</b>
500	<b>Вода питьевая негаз*</b>		<b>20-80</b>
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-1 092, Белки-18, Жиры-41, Углеводы-174	<b>170-61</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-3 973, Белки-147, Жиры-169, Углеводы-475	<b>601-06</b>

Директор \_\_\_\_\_ М.А. Безлепкина

Зав.столовой \_\_\_\_\_ А.А. Огурецкая

Бухгалтер \_\_\_\_\_ О.О. Самохвалова